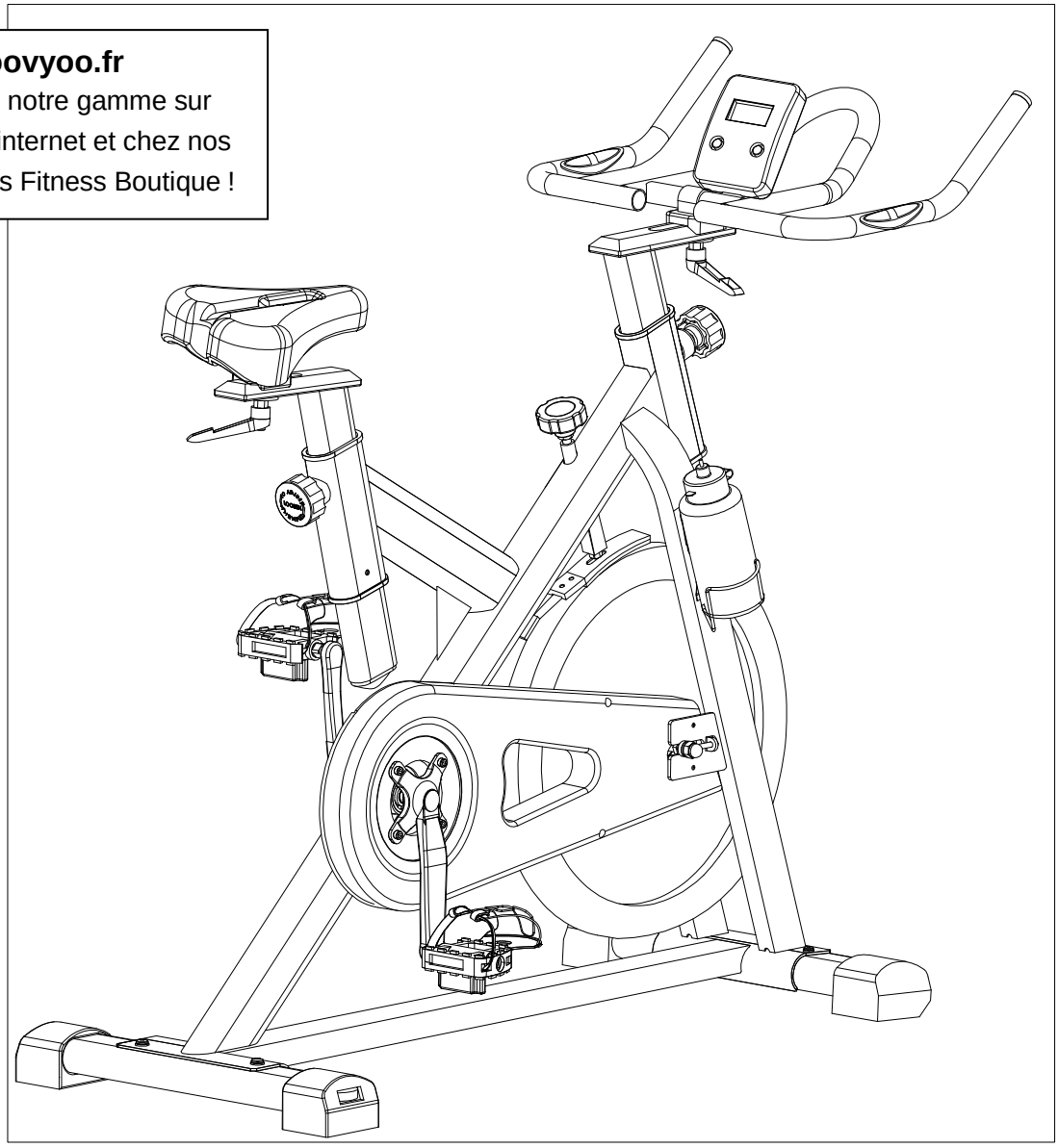
BIKER II

Vélo de spinning

www.moovyoo.fr
Retrouvez notre gamme sur notre site internet et chez nos revendeurs Fitness Boutique !



⚠ IMPORTANT

Veuillez lire attentivement ces instructions avant d’assembler et d’utiliser ce vélo.
Veuillez conserver ce manuel pour toute référence ultérieure.

Merci d’avoir choisi ce vélo de spinning Biker II. Tout comme les autres références de notre gamme, ce produit répond à des normes de qualité très strictes pour votre confort ainsi que pour votre sécurité.
Nous vous recommandons de lire attentivement ce manuel d’utilisation et de le conserver pour une future consultation.

Importantes informations de sécurité

1. Il est important de lire l’ensemble de ce manuel avant d’assembler et d’utiliser l’appareil.

   Une utilisation sure et efficace de l’appareil pourra être réalisée sous réserve d’un assemblage, d’une conservation et d’une utilisation correcte de ce dernier.

   Il est de votre responsabilité de vous assurer que tous les usagers de l’appareil connaissent toutes les précautions et recommandations d’emploi de l’appareil.

2. Avant de commencer tout programme d’entraînement, vous devez consulter votre médecin afin de déterminer si votre condition médicale ou physique pourrait mettre en danger votre santé et votre sécurité, ou vous empêcher d’utiliser correctement l’équipement. L’avis de votre médecin est essentiel si vous prenez un traitement médical qui concerne votre fréquence cardiaque, pression artérielle ou niveau de cholestérol.

3 Soyez attentif aux signaux de votre corps. Un entrainement incorrect ou excessif peut avoir des répercussions sur votre santé. Arrêtez votre entrainement si vous rencontrez un des symptômes suivants : douleur, sensation de serrement dans votre poitrine, battement de cœur irrégulier, essoufflements extrêmes, étourdissements, malaises ou sensations de nausée. Si vous expérimentez l’un de ces états, veuillez prendre rendez-vous avec votre médecin avant de poursuivre votre programme d’entrainement.

4. Tenez vos enfants et animaux domestiques éloignés de l’appareil. Ce dernier est conçu pour être utilisé uniquement par des adultes.

5. Utilisez le vélo de spinning sur une surface solide, plane avec un tapis de protection pour votre sol ou un tapis. Pour garantir la sécurité, l’appareil doit disposer d’au moins 0.5 mètres d’espace libre autour de lui.

6. Avant d’utiliser le vélo de spinning, vérifiez que les écrous et les boulons soient bien serrés.

7. Pensez à inspecter régulièrement et minutieusement le vélo de spinning afin de déceler tout dommage ou usure qui pourrait nuire à votre sécurité

8. Utilisez toujours le vélo de spinning tel qu’indiqué. Si vous trouvez des éléments défectueux lors de l’assemblage ou de la vérification de l’appareil, ou si vous entendez des bruits inhabituels pendant son utilisation, arrêtez immédiatement votre entrainement. Ne l’utilisez pas jusqu’à ce que le problème ait été corrigé.

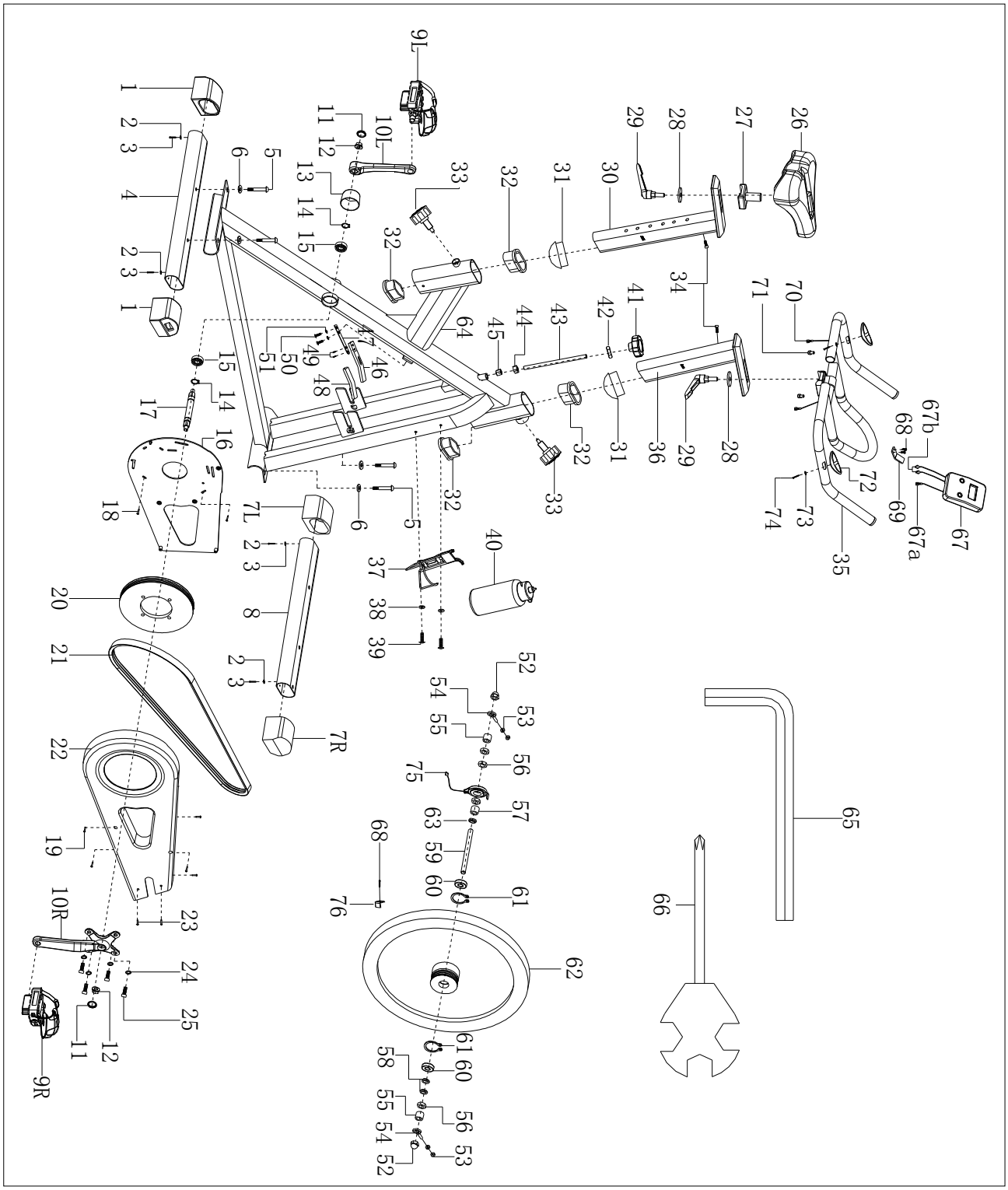
9. Portez des vêtements appropriés lorsque vous utilisez le vélo de spinning. Évitez de porter des vêtements lâches qui pourraient être pris dans l’appareil ou qui pourraient restreindre ou empêcher le mouvement.

10. Le Biker II a été testé pour un utilisateur pesant au maximum 120 kg. La capacité de freinage est indépendante de la vitesse.

11. L’appareil n’est pas adapté à un usage thérapeutique.

12. Faites attention lors de la manutention ou lors du déplacement du vélo de spinning afin de ne pas vous faire mal au dos. Utilisez toujours des techniques de levage appropriées et/ou demandez de l’aide si nécessaire.

Vue éclatée :


9L
1
2
3
4
2
3
1
11
12
13
14
15
10L
6
5
33
32
31
30
29
28
27
26
32
34
71
70
41
42
43
44
45
64
15
14
17
16
18
47
46
49
48
50
51
32
31
36
29
28
67b
68
69
67a
67
72
73
74
35
7L
2
3
8
2
3
7R
6
5
32
33
37
38
39
40
20
21
22
19
10R
23
24
25
11
12
9R
52
54
55
53
56
57
63
59
60
61
75
68
76
62
61
60
58
55
54
56
53
52
65
66

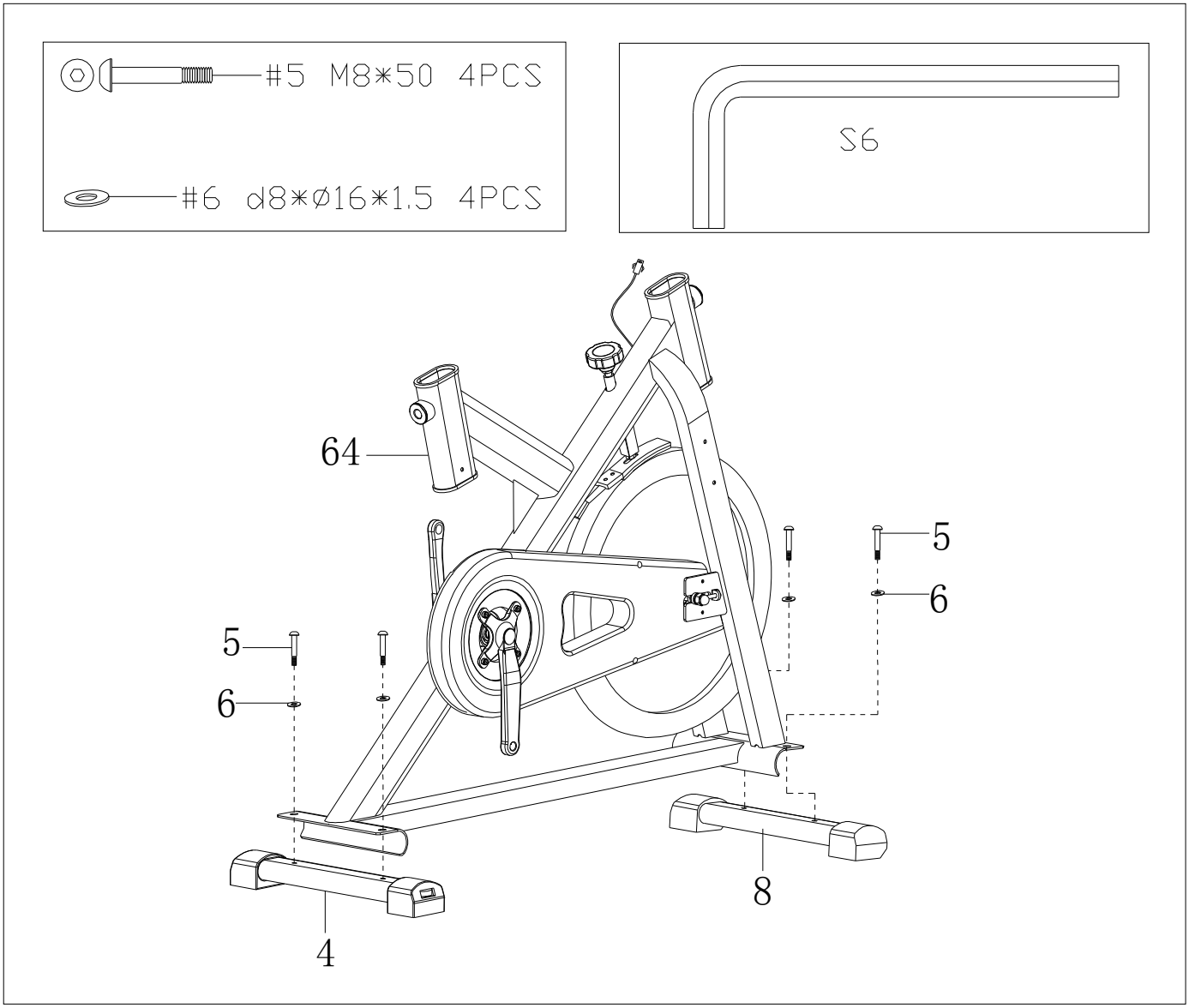
Liste des pièces :

N° pièce	Description	QTE
1	Embout PT80*40	2
2	Rondelle d5*φ10*1	4
3	Vis ST4.2*16	4
4	Tube stabilisateur arrière	1
5	Vis M8*50	4
6	Rondelle d8*φ16*1.5	4
7L/R	Embout PT80*40	2
8	Tube stabilisateur avant	1
9L/R	Pédale	2
10L/R	Bras de manivelle	2
11	Embout du bras de manivelle	2
12	Ecrou M10*1.25	2
13	Douille	1
14	Circlip d17	2
15	Roulement 6203-2RS	2
16	Carter de courroie	1
17	Axe médian φ17*153	1
18	Vis ST4.8*16	2
19	Vis ST4.2*13	5
20	Poulie de courroie φ210*20	1
21	Courroie	1
22	Carter de courroie	1
23	Vis ST4.8*10	2
24	Rondelle d10	4
25	Vis M10*20	4
26	Selle	1
27	Montant de selle	1
28	Rondelle d10*φ40*4	2
29	Ergot d'arrêt M10*25	2
30	Support de selle	1
31	Embout PT70*30	2
32	Douille PT80*40	4
33	Molette M16*1.5*27	2

N° pièce	Description	QTE
34	Vis M5*10	2
35	Guidon	1
36	Support de guidon	1
37	Porte-gourde	1
38	Rondelle d5*φ10*1	2
39	Vis M5*16	2
40	Gourde	1
41	Molette de réglage M10	1
42	Ecrou M10	1
43	Tige φ10*180	1
44	Ecrou carré	1
45	Ecrou	1
46	Mâchoire de frein	1
47	Rondelle	1
48	Patin en feutre 140*28*8	1
49	Vis M5*10	2
50	Boulon M6*10	2
51	Rondelle d6*φ12*1.2	2
52	Boulon M12*1	2
53	Boulon M6	4
54	Vis	2
55	Douille φ18*φ12.2*6	2
56	Ecrou M12*1	4
57	Douille φ18*φ12.2*14.5	1
58	Douille φ18*φ12.2*4	2
59	Axe de roue φ12*162	1
60	Roulement 6001-RS	2
61	Circlip d28	2
62	Roue	1
63	Douille φ18*φ12.2*5	1
64	Cadre principal	1
65	Clé Allen S6	1
66	Clé S13-14-15	1

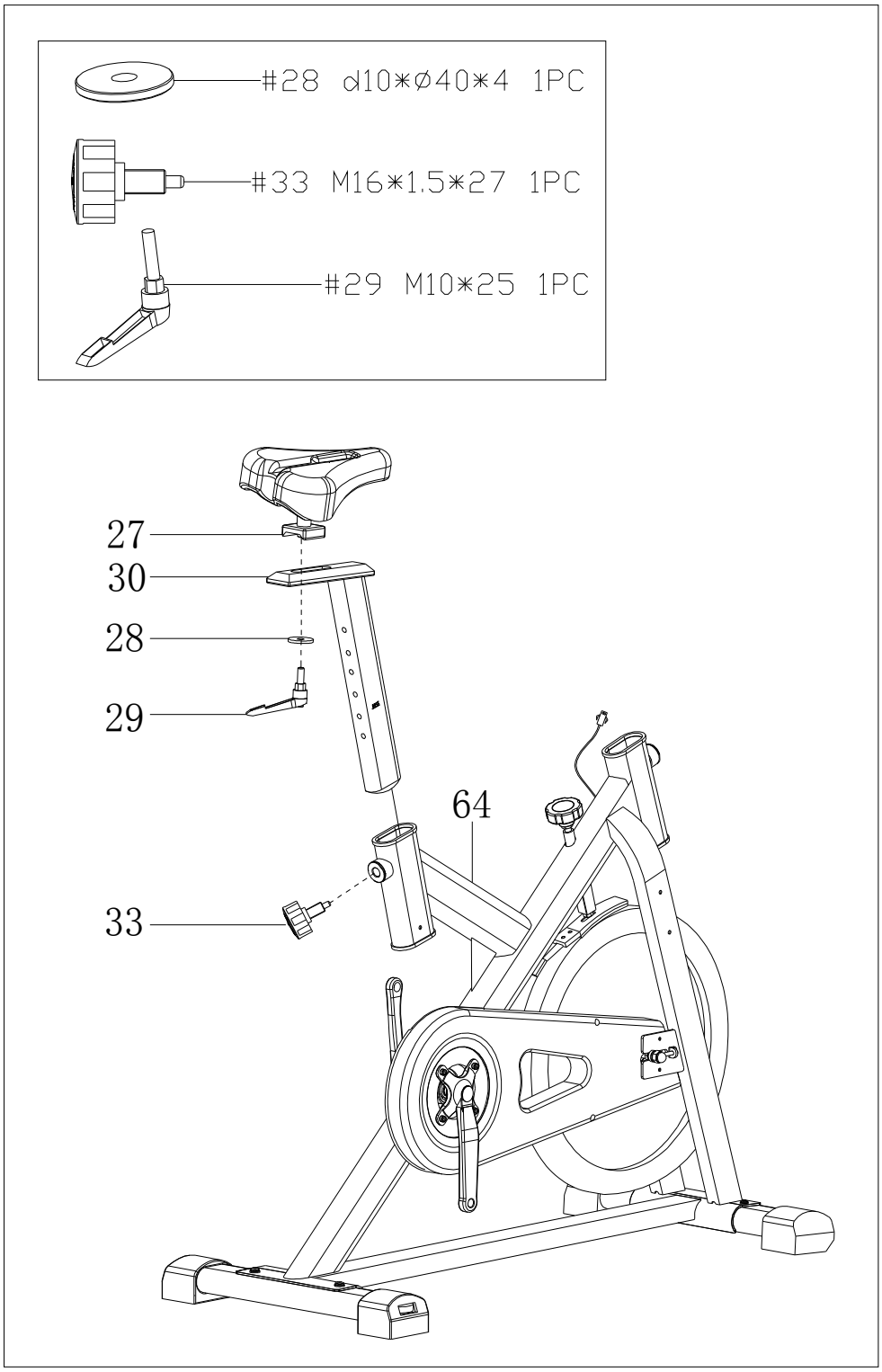
67	Console	1	71	Vis	2
67a	Fil 1	1	72	Capteur de fréquence cardiaque	2
67b	Fil 2	2	73	Rondelle d6*φ12*1	2
68	Boulon M5*10	3	74	Vis ST4.19	2
69	Support de console	1	75	Capteur	1
70	Cable de capteurs	2	76	Puce de capteur	1

Etape 1:



Fixez les tubes stabilisateurs (8 & 4) au cadre principal (64) en utilisant les vis (5) et les rondelles (6).

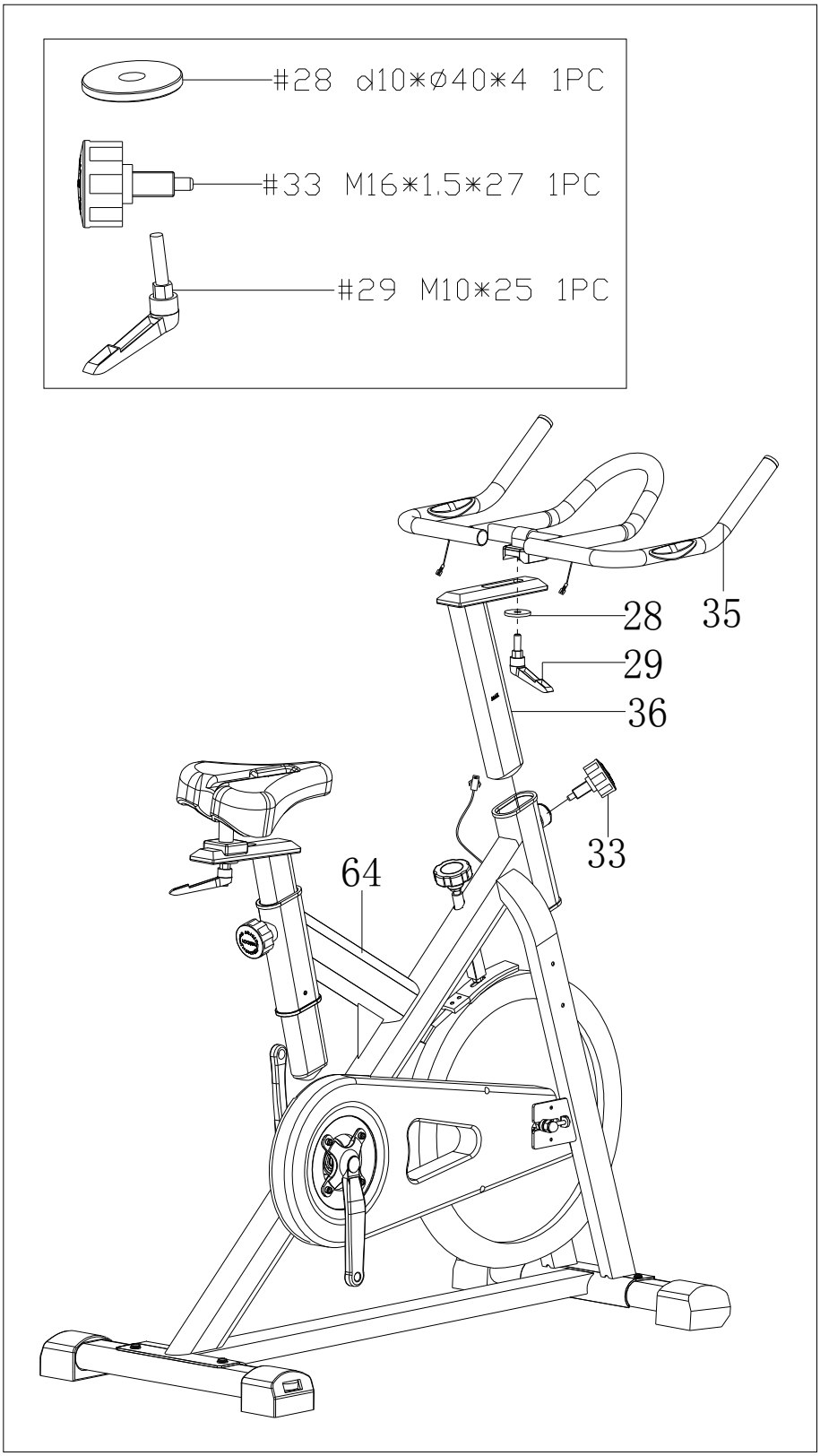
Etape 2:



Vissez le support de selle (30) au cadre principal (64) à l’aide de la molette (33).

Bloquez le montant de selle (27) sur le support de selle (30) à l’aide de l’ergot d’arrêt (29), et de la rondelle (28).

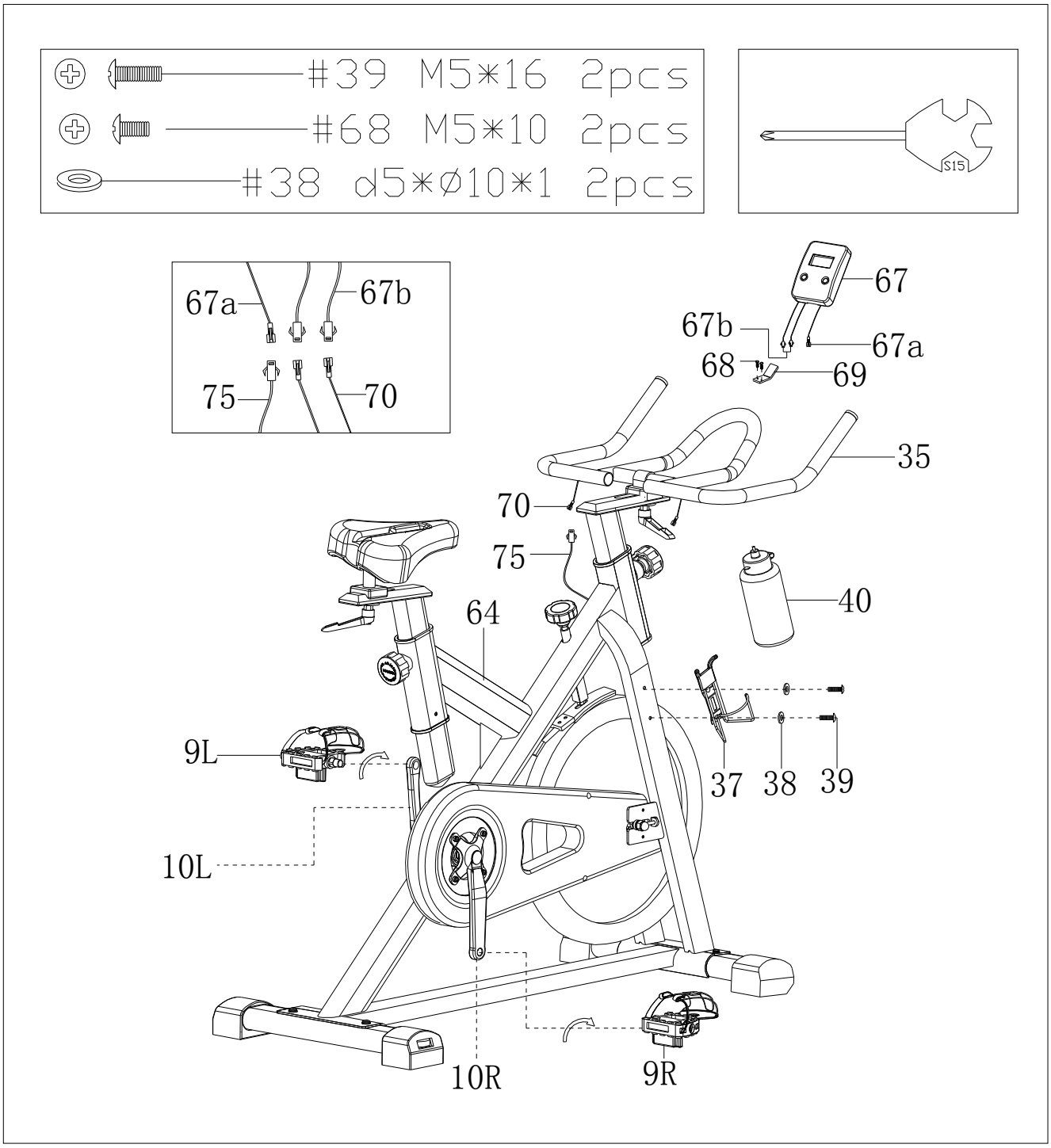
Etape 3:



Fixez le support de guidon (36) au cadre principal (64) à l'aide de la molette (33).

Vissez le guidon (35) au support de guidon (36) à l'aide de l'ergot d'arrêt (29), et de la rondelle (28).

Etape 4:



Vissez les pédales (9L/R) aux bras de manivelle (10L/R).

Fixez le porte-gourde (37) au cadre principal (64) à l’aide des vis (39) et des rondelles (38).

Reliez le fil 1 (67a) au capteur (75), connectez le fil 2 (67b) au câble de capteurs (70). Fixez le support de console (69), au guidon (35) à l’aide de la vis (68). Insérez la console (67) dans le support (69).

Manuel d’utilisation de la console :

TEMPS (time)----------00:00 - 99:59 MIN:SEC
VITESSE (speed)----------0.0 – 999.9 KM/H
DISTANCE----------0.00 – 99.99 KM
CALORIES----------0.0 – 999.9 KCAL
FREQUENCE CARDIAQUE (pulse)----------40 - 200 BEATS/MIN

Fonctions:

MODE:

Permet de sélectionner la fonction désirée.
Remise à 0 des compteurs en appuyant 4 secondes sur la touche (sauf l’odomètre).

RESET:

Permet de remettre les valeurs à 0.

AUTO ON/OFF :

La console s’arrête automatiquement après 4 minutes d’inactivité.
La console se remet automatiquement en marche lorsque la roue du vélo rentre en mouvement ou lorsque vous appuyez sur une touche.

Fonctions:

Temps(TMR)	Affichage de la durée d’entraînement.
Vitesse(SPD)	Affichage de la vitesse d’entraînement
Distance(DST)	Affichage de la distance parcourue lors de l’entraînement.
Calories(CAL)	Affichage des calories brûlées lors de l’entraînement.
Fréquence cardiaque (PUL)	Affichage du bpm (battement par minute) de l’utilisateur pendant l’entraînement

A noter: Les mains de l’utilisateur doivent toucher les 2 capteurs

Scan	La fonction permet de faire défiler automatiquement les données suivantes :

①TIME (temps)
②SPEED(vitesse)
③DISTANCE
④CALORIES
⑤PULSE(fréquence cardiaque)

Alimentation : La console fonctionne avec 2 piles AA ou 1 pile AAA ou 1 pile bouton 1.5V. Nous vous conseillons de changer les piles dès que l'affichage de la console montre des signes de faiblesse. Nous vous conseillons également de toujours remplacer les 2 piles.

Pour toute question technique, ou si vous avez besoin de pièces détachées, merci de contacter notre service après-vente :

SAV FITNESS DOCTOR
Netquattro / FitnessBoutique
ZI centr'alp
1450 rue Aristide Bergès
38430 Moirans
Tél : 04 76 50 69 71
e-mail : savnetquattro@netquattro.com